

SCORE CARD

TEST 5 POTENCIA-POWER

FOR TIME:

15 Thruster
12 Burpee Facing Bar
10 Thruster
8 Burpee Facing Bar
Time cap 4 min

TEST VARIATIONS

MASTERS (55-59, +65) 75/55 Lbs
MASTERS (45-49, 50-54) 95/ 65 Lbs
MASTERS (34-39, 40-44) 115/85 Lbs

15 Thruster	15	
12 Burpee Facing Bar	27	
10 Thruster	37	
8 Burpee Facing Bar	45	

Tiebreak:

Nombre del atleta:

Reps a los 15 min:

Nombre del gimnasio, Categoría
Estado y Región:

Firma de atleta y fecha:

Nombre del juez:

(El atleta confirma que la información de esta
papeleta en base a su desempeño en el test es
correcta)

